

※都合により変更となる場合がございますので、当日の新聞でご確認下さい。



発行元：(株)マルカツ吉田新聞店
 釧路市鳥取大通8-1-5 0154-51-2773

◇平日夜間救急病院

	準夜間・深夜帯 外科系(18:00~9:00)	準夜間・深夜帯 内科系(19:00~6:30)
6日	日赤病院 新栄21 (22-7171)	釧路市夜間急病センター 住吉2 (44-6776)
7日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
8日	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
9日	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
10日	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	
14日	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	
15日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
16日	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
17日	釧路協立病院 治水3 (24-6811)	
20日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
21日	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
22日	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
23日	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
24日	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	
27日	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
28日	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	
29日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
30日	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
31日	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	

◇土曜日救急当番・夜間救急病院

	土曜日救急当番病院 外科系(12:00~18:00)	土曜日救急当番病院 内科系(12:00~18:00)	準夜間・深夜帯 外科系(18:00~9:00)	準夜間・深夜帯 内科系(19:00~6:30)
4日	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	吉川メディカルクリニック 睦2 (39-0777)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	釧路市夜間急病センター 住吉2 (44-6776)
11日	西池整形外科 新川町2-3 (22-6400)	伊勢内科医院 浪花町7 (22-2788)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
18日	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	柴田内科医院 春探4 (41-5221)	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
25日	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	依田内科医院 愛国東2 (36-1283)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	

休日緊急歯科診療所
 釧路歯科医師会館
 住所：城山2-2-15
 電話：42-8336
 診療日：日曜・祝日・年末年始
 診療時間：午前10時~12時半
 午後2時~4時

	日・祝日救急当番病院 外科系(9:00~18:00)	日・祝日救急当番病院 内科系(9:00~18:00)	日・祝日救急当番病院 内科系(9:00~18:00)	準夜間・深夜帯 外科系(18:00~9:00)	準夜間・深夜帯 内科系(19:00~6:30)
1日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	芦野クリニック 芦野2 (38-1233)	ふみぞの内科クリニック 文苑2 (36-1159)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	釧路市夜間急病センター 住吉2 (44-6776)
2日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	中沢医院 鳥取大通5 (51-1001)	中田内科医院 若竹町13 (22-3100)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
3日	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	サンライズ杉元内科医院 中園町24 (22-2261)	すどう内科クリニック 東川町3 (21-8222)	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
5日	釧路協立病院 治水3 (24-6811)	シロアムこどもクリニック 鶴ヶ岱2 (41-5385)	野村内科クリニック 鶴ヶ岱2 (44-2133)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
12日	うしき整形外科クリニック 松浦町4 (22-4734)	堀口クリニック 鳥取大通3 (51-3827)	やひろクリニック 若竹町14-5 (65-8086)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
13日	うしき整形外科クリニック 松浦町4 (22-4734)	緑ヶ岡クリニック 緑ヶ岡6 (47-3636)	ほり内科クリニック 松浦町12 (22-1241)	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
19日	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	おひさまクリニック 釧路町桂木2 (38-0005)	しろやま内科クリニック 城山1-2-17 (41-1177)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
26日	釧路協立病院 治水3 (24-6811)	さくま小児科 貝塚2 (43-1177)	ふくしま医院 浦見4 (41-8666)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	



吉田新聞店と系列店マイシーでは、健康検定釧路開催の運営を通して、健康で元気な人が溢れる社会を創造してまいります。
 健康検定の申込は「健康検定」のホームページから行ってください。
 テキストのご注文や試験に関するお問合せは、マイシー【釧路市鳥取大通8-7-16 ☎0154-64-9562】まで

健康検定 問題チャレンジ

次回開催予定日 2020年3月1日(日) 会場：北海道新聞釧路支社5階ホール

Q1【ベーシックコース 問題】 国立がん研究センターの「科学的根拠に基づく発がん性・がん予防効果の評価とがん予防ガイドライン提言に関する研究」で、塩分の過剰摂取によってリスクが上昇することが「ほぼ確実」とされている病気はどれか。

ア.胃がん イ.肺がん ウ.肝がん エ.乳がん

Q2【ベーシックコース 問題】 次の[]に当てはまる語として、正しいものはどれか。

ロコモティブシンドロームとは、運動器の障害によって[]が低下した状態のことを言う。

ア.感覚機能 イ.移動機能 ウ.呼吸機能 エ.腎機能

Q1正解・・・ア【解説】日本人に多い「胃がん」は、塩分の過剰摂取によってリスクが上がると言われています。胃の内部は、強力な粘膜を出す粘膜細胞で表面が覆われていますが、日常的に塩分をとりすぎるとこの粘膜が傷つき、胃の炎症が進み、結果的に胃がんができやすい環境をつくると考えられています。

Q2正解・・・イ【解説】日本では高齢化が進み、平均寿命が延びたことに伴い、ロコモティブシンドロームが増えています。ロコモティブシンドロームとは、骨・関節・軟骨・背骨・椎間板・筋肉・神経などの運動器のどこかに障害が起き、移動機能が低下した状態のことを言います。体を動かす機能が低下すると、自立した生活を送ることが困難になりますので注意しましょう。



FELLOWS

vol.127 2020年1月1日号

